

МЕНЮ
22 октября 2026 г.
Сад (Карп-го, 21)

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		ПОВИДЛО (повидло)	22	0,1		14,4	56	0,1
2011	14/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (творог , крупа рис круглый 1 кг фас-ка , вода , сахар песок, яйца куриные , масло растительное, сметана , соль, масло сливочное)	105	16,8	11,5	20,2	237	0,2
2011	12/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай , молоко , сахар песок, вода)	200	1,6		11,6	59	0,2
2011	1/13	БАТОН (батон с каратином)	30	2,2	0,9	15,2	78	0
Итого			357	20,7	12,4	61,4	430	0,5
II Завтрак								
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	295					0
Итого			295					0
Обед								
2011	10/3	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ (морковь, масло сливочное , сметана , мука , сахар песок, соль, вода)	30	0,3	1,2	2,4	20	0,5
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, зеленый горошек 425 гр. "скатерть самобранка", масло растительное, соль, вода , сметана)	250	1,9	6,5	10,4	109	0
54- Зсоус- 2020		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (мука , паста томатная , лук репчатый, морковь, сушеная зелень, сахар песок, масло сливочное , лавровый лист, соль, вода)	30	0,3	0,5	2,1	14	1,1
2011	1/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ (ПОРЦ.,) (кура охлажденная, лук репчатый, соль)	100	24,9	25,2	0,3	328	1,1
2011	43/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло сливочное , соль)	150	5,4	4,4	34,6	198	0
2011	4/10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (курага , изюм, сахар песок, вода)	200					0
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	30	2,3	0,3	11,2	60	0
2011	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	19	1,3	0,2	6,4	34	0
Итого			809	36,4	38,3	67,4	763	2,7
Полдник								
2011	2/6	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЛИ ПАРОВОЙ (яйца куриные , молоко , масло сливочное , соль)	70	7	9,7	1,2	117	0
2004	255	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко)	183	5,4	5,9	8,8	109	0
2011	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	24	1,8	0,2	9	48	0
Итого			277	14,2	15,8	19	274	0
Всего				71,3	66,5	147,8	1467	3,2